L'Épinette Nordique

NUMÉRO
1
OCTOBRE 2009

Activités à l'école Jacques-Rousseau

- Activités de financement p. 2
- Mardi sportif p. 2
- Visite de l'infirmière p. 3
- Marchons vers l'école p. 3
- Visite des naturalistes p. 4
- Lecture chez les petits p. 4
- L'Halloween à l'école p. 4

Collaborateurs

- Mme Johanne Poitras p. 5
- M. Pierre Houde p. 6

Divertissement

- Nouveautés
  - Films p. 7
  - Livres p. 8
- Les jeux vidéo p. 9
- Savais-tu que…? p. 9
- Recettes d'Halloween p. 10
- Le coin des petits p. 11
- Rimes d'Halloween p.13
- Bande dessinée p. 14

Le petit mot du directeur

La période de vacances tire à sa fin et nous devons nous préparer à retourner sur les bancs d'école. J'espère que vous avez profité, en famille, des moments privilégiés qu'offrent les vacances d'été. Je profite de l'occasion pour vous souhaiter une année scolaire remplie de découvertes, de joies et de surprises. Votre implication, votre persévérance et votre curiosité sont des éléments essentiels qui contribuent à votre réussite éducative, mais aussi au bien-être de tout l'établissement.
Bonne année scolaire!

Maxim Pilote
Directeur

Le petit mot de Johannie

C'est avec grand plaisir que nous vous offrons la toute première édition du journal étudiant « l'Épinette Nordique » de l'année scolaire 2009-2010. Les élèves du deuxième cycle du secondaire ont fourni beaucoup d'efforts afin de vous informer et de vous divertir. Pour quelques-uns d'entre eux, il s'agit de leur toute première collaboration. Nous espérons de tout cœur que cette édition vous plaira.
Bonne année scolaire!

Johannie Boutin
Enseignante de français

Activités de financement

Afin de financer notre voyage à Boston, nous avons fait jusqu'à maintenant deux activités. La première étant le lave-auto et l'autre le vélo-thon. Pour ce qui est du lave-auto, il a eu lieu le 12 septembre dernier. Cette activité s'est très bien déroulée. Quant au vélo-thon, il a eu lieu le 10 octobre. Malheureusement, la température n'était pas très idéale cette journée. En effet, la neige et la pluie nous accompagnaient, ce qui rendait le défi encore plus difficile. Nous devions parcourir une distance de soixante-cinq kilomètres ce qui fait en sorte que nous devions faire cinq fois le tour du village en nous rendant au poste de police et à chaque tour, nous revenions à l'école pour nous réchauffer. Nous sommes très fiers d'avoir relevé ce défi de taille. Grâce à ces deux activités, nous avons amassé une somme de plus de 1800 $. Nous tenons à remercier tous les gens qui nous ont soutenus financièrement et moralement.

Merci énormément! ☺
Mélissa Caron, Marc-Olivier T-Bonneau et Maude Girard
Élèves de cinquième secondaire

Mardi sportif

Une partie de ballon chasseur s'est déroulée le mardi 13 octobre. Il y avait deux équipes : les professeurs et les parents contre les élèves du secondaire. Cette soirée s'est très bien déroulée pour les professeurs et parents qui ont gagné par la marque de 6 à 2. Le prochain mardi sportif aura lieu au début du mois de novembre. Toutefois, la date reste à déterminer. Les élèves prendront peut-être leur revanche!

Marc-Olivier T-Bonneau

Visite de l'infirmière

Nous savons tous que la grippe A est maintenant propagée partout à travers la planète. Il y a plusieurs façons de se protéger le plus possible contre le virus H1N1. On peut utiliser des gels antibactériens pour se désinfecter les mains, mais la meilleure méthode reste le lavage des mains quotidien, car il déloge les bactéries et assèche moins la peau. Il est important lorsque l'on éternue d'utiliser un mouchoir ou d'éternuer dans le creux de notre coude. D'ailleurs, le 16 septembre dernier, l'infirmière de l'école est passée dans les classes pour rencontrer les élèves. Elle nous a montré comment bien nous laver les mains et toutes les précautions à prendre pour aider à diminuer les risques de contracter la grippe A.
Voici les étapes pour un bon lavage de mains :

Étape 1 : Mouillez-vous les mains avec de l'eau.
Étape 2 : Appliquez du savon.
Étape 3 : Faites mousser le savon et frottez-vous les mains paume contre paume.
Étape 4 : Frottez entre les doigts et autour des doigts.
Étape 5 : Frottez le revers de chaque main avec la paume de l'autre main.
Étape 6 : Frottez l'extrémité de chaque main dans la paume de l'autre main.
Étape 7 : Frottez chaque pouce en enfermant l'autre main autour de celui-ci.
Étape 8 : Rincez complètement sous l'eau courante.
Étape 9 : Séchez vos mains en les tapotant avec une serviette en papier.
Étape 10 : Fermez le robinet en utilisant une serviette en papier.
Étape 11 : Vos mains ne présentent maintenant plus de risque.

Maude Girard

Marchons vers l'école

L'évènement « marchons vers l'école » s'est déroulé du 5 au 8 octobre. Cette activité a pour but d'encourager les jeunes à faire de l'activité physique. Le matin, les élèves descendaient de l'autobus en bas de la rue James et ils montaient jusqu'à l'école. Le midi, ils prenaient l'autobus comme à l'habitude et le soir, après l'école, les élèves retournaient en bas de la rue James pour le retour à la maison. Pour l'occasion, le personnel de l'école accompagnait les jeunes.

Jean-Mathieu Larocque-Guilbault

Visite des naturalistes

Le mardi 13 octobre, les naturalistes sont venus nous visiter. Cette année, du côté secondaire, nous avons fait l'étude des sols après avoir regardé un intéressant PowerPoint sur les différents sols existant au Québec. Nous sommes donc sortis à l'extérieur pour aller voir la roche-mère ainsi que les différentes étapes du sol. Nous sommes partis en direction de la cabane orange. Nous avons analysé les rayures des roches et, après avoir fait notre trou, nous avons fait un test de ph des sols et avons regardé les différentes étapes de sa composition. Les jeunes de la classe de Mélanie ont eux aussi passé une journée plaisante. Avec les naturalistes, ils ont classé les animaux selon leur espèce et selon leur habitat. Finalement, ils ont vu les caractéristiques des mammifères, des poissons, des insectes et des oiseaux. Les élèves de la classe à France, quant à eux, ont discuté principalement du CAAF (Contrat d'Aménagement et d'Approvisionnement Forestier).

Marc-Olivier T-Bonneau

La lecture chez les petits

Lors du 8 octobre, les élèves du deuxième cycle du secondaire ont participé à une activité concernant la lecture avec les petits de maternelle, première année ainsi que deuxième année. L'activité consistait à lire un livre avec l'élève que nous avait assigné notre professeure. Nous aidions les jeunes avec les mots difficiles. Plusieurs livres sur les animaux ont été choisis, mais aussi certains livres d'histoire comme « l'Autobus Magique » ou « l'Ouragan ». Chers parents, voici quelques trucs pour aider vos enfants à lire, mais surtout à aimer lire. Premièrement, parlez avec votre enfant pour savoir quel sujet il aime et ensuite choisissez le livre qui lui parait intéressant. Pendant la lecture, interagissez avec l'enfant et expliquez-lui les mots difficiles pour qu'il comprenne bien. Pour maintenir le plaisir de lire, lisez chaque jour avec votre enfant. Lisez plus d'un livre et visitez chaque semaine votre bibliothèque municipale.

Samuel Boyer

L'Halloween à l'école

À notre école, l'Halloween se déroulera le 30 octobre toute la journée. C'est pour cette raison que les cours seront suspendus. Il y aura un dîner particulier pour les initiés. Pour ce qui est des activités, il y aura des épreuves comme une course à relais. Il y aura aussi des conséquences pour les initiés. Cette journée est organisée par le conseil étudiant.

Jean-Mathieu Larocque-Guilbault

Les collaborateurs

Le « p'sy » mot…

Le POUVOIR de mon ATTITUDE!

Pour cette première du « p'sy » mot… parlons du pouvoir de notre attitude et de l'impact de celle-ci sur notre mieux-être. Une attitude, c'est la façon d'aborder et de vivre une situation. Nous vivons beaucoup de situations. Certaines sont heureuses, d'autres plus difficiles. Certaines relèvent de notre choix, d'autres pas,…en fait, face aux petits et grands moments de la vie, on a le CHOIX de penser et de réagir selon deux attitudes. Cela ne veut pas dire qu'on est heureux d'une situation difficile auquelle on doit « faire face », mais on a le CHOIX de ce qu'on va faire pour la régler au mieux ou y rester « accroché ». Pense à une situation qui te concerne particulièrement, par exemple, un cours difficile, un sport que tu voudrais améliorer, un conflit à régler avec tes amis ou tes parents,… Quelle attitude choisis-tu?

<u>Attitude POSITIVE</u>
-C'est difficile, mais je vais essayer…
-Une chose à la fois…
-Je me fixe un objectif…
-Je suis ACTIF!
-Je CROIS en moi…
-J'essaie malgré la peur de me tromper…
GO !

<u>Attitude NÉGATIVE</u>
-J'y arriverai pas…
-C'est trop compliqué…
- Ça sert à rien …
-Pas important…
-Trop fatigant ! …
-J'y peux rien…
BOF !

Tu as du POUVOIR sur ATTITUDE…Essaie…Ça devient une habitude…
¤¤Penser POSITIF…ça se développe¤¤

<u>Qu'est-ce que ça donne?</u>
Les problèmes sont plus facile à résoudre – les « erreurs » apparaissent moins catastrophiques – la motivation augmente – je deviens plus intéressé, plus passionné – je me sens bien!

Sur ce, je te souhaite une journée ensoleillée et POSITIVE!

Johanne Poitras
Psychologue – info scolaire

Le mot de Pierre Houde

Salutations aux amis de Radisson,
C'est avec plaisir que je commence une collaboration avec le journal de l'école. Cela fait déjà quelques années que je suis animateur « École en santé » et également « Animateur vie spirituelle et engagement communautaire (AVSEC) ». Les jeunes me connaissent bien, mais comme le journal est également lu par une partie de la population, je voulais simplement, dans un premier temps, saluer tout le monde, me présenter et parler un peu de ma fonction à l'école.

Tout d'abord, je voudrais dire que cela a toujours été un réel et sincère plaisir d'aller faire des animations avec les amis de l'école Jacques-Rousseau. L'accueil a toujours été très chaleureux. L'équipe-école et les jeunes sont très accueillants.

Mon rôle comme animateur « École en santé » est surtout de soutenir les démarches de mobilisation au sein de l'école en lien avec l'approche « École en santé », de collaborer à promouvoir de saines habitudes de vie. Enfin, il s'agit aussi de contribuer à favoriser une bonne collaboration entre les activités des centres de santé avec celles du milieu scolaire. Mon bureau est situé à Matagami, où je demeure. Je suis aussi animateur à l'école secondaire le Delta, l'école primaire Galinée ainsi que l'école primaire Beauvalois à Val-Paradis.

Mon second rôle, qui s'harmonise très bien avec « École en santé » est donc « Animateur à la vie spirituelle et à l'engagement communautaire ». Essentiellement, dans ce rôle, mon but est de faire vivre des valeurs aux jeunes, comme l'ouverture aux autres, le respect des autres cultures, la solidarité avec les plus pauvres de la planète, etc. Il s'agit ici aussi de santé, mais au sens « global ». Santé du corps, de l'esprit, mais aussi du coeur. Tout cela bien sûr, avec beaucoup de légèreté et de plaisir à travers différentes activités et différents jeux.

Dans les numéros à venir, je vous proposerai donc de courtes réflexions ou suggestions de lecture, de films, de musique ou encore de sites Internet concernant les saines habitudes de vie et les valeurs de la spiritualité et de l'engagement communautaire. J'aimerais d'ailleurs, en conclusion, vous inviter à visiter le site Internet sur « La marche mondiale pour la paix et la non-violence ».

C'est une initiative formidable à l'échelle de la planète qui propose d'influencer pacifiquement les gouvernements en vue d'une démilitarisation progressive des armes de toutes sortes. Voici l'adresse du site Internet. http://pages.videotron.com/vlpchyol/
Il s'agit ici du site canadien de la marche. Si vous allez sur « Youtube » et que vous tapez « Marche mondiale pour la paix et la non-violence », vous trouverez beaucoup de vidéos intéressantes qui en parlent.

Pierre Houde
Animateur « École en santé/ SASEC »

Divertissement

Nouveautés films

Nom : Malédiction de l'enfer
Classification : 13+
Cote : 4/5
Synopsis : Une employée de banque au profil exemplaire a un bon travail et un petit ami. Dans l'espoir de faire bonne impression, elle refuse de faire un prêt à une femme qui risque de perdre sa maison. Ladite femme jeta un mauvais sort sur notre employée de banque. Un mauvais sort tout droit sorti de l'enfer. Un film à voir absolument.

Nom : Terre Perdue
Classification : Général
Cote : 2/5
Synopsis : Rick Marshall est aspiré dans un vortex temporel qui le projette des années et des années dans le passé. Seul et avec rien, comment va-t-il revenir dans le présent? La seule façon de le savoir : voir le film! Un film qui plaira à toute la famille.

Nom : Transformers : La revanche
Classification : Général
Cote : 4/5
Synopsis : Deuxième volet pour cette série qui fait fureur. Les Déceptions, ennemis des Autobots, reviennent en force pour porter un autre assaut contre la Terre. Entre-temps, Sam Witwicky découvrira le mystère sur la naissance de ces robots. Effets spéciaux sont au rendez-vous!

Nom : Ère de Glace : L'aube des dinosaures
Classification : Général
Cote : 4.5/5
Synopsis : Nos trois animaux préhistoriques préférés sont de retour pour une troisième fois! Pendant que Manny et Ellie attendent leur bébé, Diego se sent seul et pense à partir du groupe et Sid n'arrange guère sa situation en volant des œufs de dinosaures! Film familial que tout le monde aimera.

Patrick Gagnon

Nouveautés Livres

Titre : Que serais-je sans toi?
Auteur : Guillaume Musso
Nombres de pages : 304
Résumé : Gabrielle a deux hommes dans sa vie : son père, un célèbre voleur, et son amour de jeunesse, Martin, un policier. Ils sont disparus depuis longtemps et le même jour ils reviennent. Les deux hommes se détestent. Ils se sont lancé un défi mortel. Gabrielle refuse de choisir entre les deux.

Titre : L'enfant d'Emma
Auteur : Abbie Taylor
Nombre de pages : 432
Résumé : La vie d'Emma bascule. Les portes du métro se referment sur son fils de 13 mois. Elle appelle à l'aide, mais les policiers ne la croient pas.

Titre : Le voyage dans le passé
Auteur : Stefan Zweig
Nombre de pages : 128
Résumé : Louis, un jeune homme pauvre, tombe amoureux de la femme de son riche bienfaiteur. Il est envoyé au Mexique et la guerre éclate. Ils ne se reverront que neuf ans plus tard. Une histoire d'amour, de trahison et de guerre. L'amour résiste-t-il à tout?

Titre : Les vampires de Manhattan
Auteur : Mélissa de la Cruz
Nombre de pages : 352
Résumé : Dans une école nommée « Duchesne », de charmants jumeaux nommés Mimi et Jack dominent Theodora et ses amis. Un jour, une élève est trouvée morte vidée de son sang. C'est un phénomène inexpliqué.

Titre : Toujours orgueilleuse, mais (à peine) plus repentante
Auteur : Annie L'Italien
Nombre de pages : 208
Résumé : En quête de l'homme idéal, Anne croyait avoir trouvé la perle rare qui est Jean-Philippe. Sa relation va lui en faire voir de toutes les couleurs. Pendant sa recherche au bonheur, elle va découvrir que la vie nous réserve parfois des surprises.

Mélissa Caron

Jeux vidéo

Dirt 2

Avez-vous déjà rêvé de conduire une voiture ou un camion de rallye? Si la réponse à cette question est « oui », alors vous aimerez « Dirt 2 ». Dans ce jeu, vous pourrez participer à cinq épreuves normales et à trois modes de cours spéciaux. Pour les voitures, vous trouverez sept catégories, en passant par les gros camions tout-terrains jusqu'aux voitures de rallye très puissantes. Et bien sûr, vous pourrez aussi débloquer de nouveaux autocollants pour votre voiture et pour les fins connaisseurs, vous pourrez régler votre moteur. En plus, le célèbre Ken Block vous donnera des conseils pour vous aider à devenir meilleur. Ce jeu est disponible sur toutes les consoles de jeux vidéo et il est présentement en vente.

Banjo-Kazooie Nut et Bolt

Cette année, Banjo et Kazooie reviennent en force avec une toute nouvelle aventure ; des nouveaux mondes, des nouveaux jeux, etc. Cette fois-ci, vous serez dans une ville construite par un ordinateur volant. Dans cette ville, vous trouverez toutes les portes des mondes. Votre mission est de rapporter toutes les pièces du puzzle dans la ville. Vous aurez aussi à trouver des caisses de pièces dans le garage de Mumbo pour pouvoir construire des bolides. Ces derniers vous seront très utiles pour réussir la plupart des défis. Pour finir le jeu, vous aurez à affronter un adversaire de taille.

Jonathan Lachapelle

Savais-tu que…

-Savais-tu que les limaces ont quatre nez?
-Savais-tu que tous les enfants naissent avec les yeux bleus?
-Savais-tu que l'œil de l'autruche est plus gros que son cerveau?
-Savais-tu que les émeus et les kangourous ne peuvent pas marcher à reculons?
-Savais-tu que le crocodile ne peut pas sortir la langue?
-Savais-tu que le cri d'un canard ne fait pas d'écho?
-Savais-tu que les moustiques ont 47 dents?
-Savais-tu que les poissons peuvent se noyer?
-Savais-tu que les araignées ont le sang transparent?
-Savais-tu que le cœur d'une crevette est dans sa tête?
-Savais-tu que les éléphants sont les seuls animaux qui ne peuvent pas sauter?
-Savais-tu que les grenouilles ne peuvent pas avaler les yeux ouverts?
Savais-tu que le requin est le seul poisson qui peut cligner des deux yeux?

Kevin Fortin-Gauthier

Recette d'Halloween

Le pâté chinois épeurant

Il vous faut :
3 tasses de légumes mélangés surgelés (pois, carottes, maïs, haricots verts)
1 lb (450 g) de bœuf haché
1 tasse de sauce au bœuf
125 g (1/2 pqt de 250 g) de fromage à la crème PHILADELPHIA en brique, en cubes
1 tasse de lait, divisée
1 tasse d' eau
2 tasses de flocons de pommes de terre instantanés (Patates en poudre)
1/4 tasse de fromage râpé 100 % Parmesan KRAFT

Ce que vous devez faire :
CUIRE les légumes en suivant le mode d'emploi. Entre-temps, faire cuire la viande dans une poêle ; égoutter. Incorporer la sauce ; laisser mijoter jusqu'à ce que le tout soit bien chaud, en remuant de temps en temps.

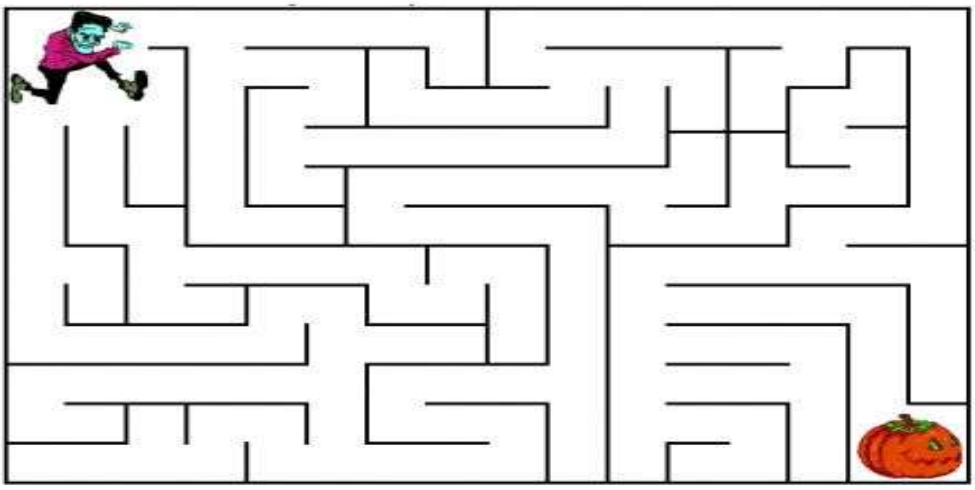
CHAUFFER le fromage à la crème et 1/4 tasse de lait au micro-ondes, dans un bol moyen convenant à cet usage, à intensité ÉLEVÉE pendant 30 sec ; battre au fouet jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de grumeaux. Incorporer progressivement le reste du lait et l'eau, en battant. Chauffer au micro-onde pendant 2 min 30 secs ou jusqu'à ce que le tout soit chaud, en remuant après chaque minute. Incorporer les flocons de pommes de terre (Patates en poudre) et le parmesan en remuant jusqu'à ce que le mélange soit lisse. Verser dans un sac en plastique refermable; couper 1 des coins du sac.

RETIRER 12 pois du mélange de légumes, incorporer le reste des légumes au mélange de viande. Presser le mélange de pommes de terre sur la viande, en formant 6 montagnes pour rappeler des silhouettes de fantômes. Ajouter 2 pois sur chaque « fantôme » pour former les yeux.

Pour plus de recettes, veuillez consulter le site Internet :
http://www.kraftcanada.com/fr/HalloweenCentre/TopHalloweenRecipes/TopHalloweenRecipes.aspx

Catherine Caron

Le coin des petits



Citrouilles

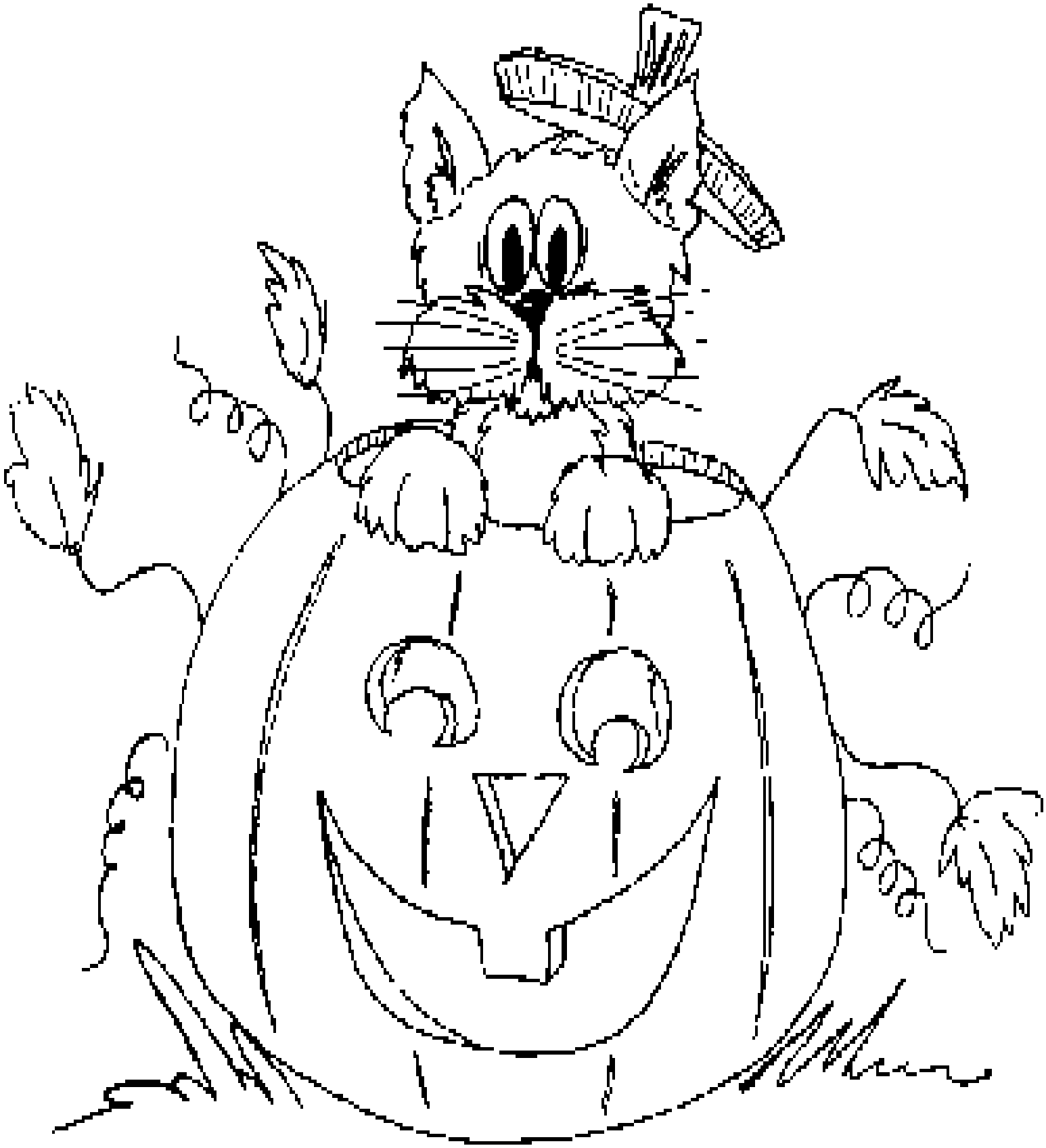
L	T	R	A	D	I	T	I	O	N
L	A	N	T	E	R	N	E	E	R
A	E	J	A	C	K	N	U	I	T
C	I	T	R	O	U	I	L	L	E
S	O	L	O	R	A	N	G	E	P
P	I	C	I	A	L	R	R	I	E
M	O	N	S	T	R	E	S	E	U
I	P	O	T	I	R	O	N	E	R
H	A	L	L	O	W	E	E	N	N
O	C	H	A	N	D	E	L	L	E

CHANDELLE CITROUILLE DECORATION

HALLOWEEN JACK LANTERNE

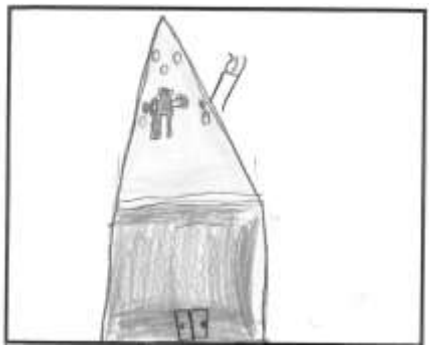
MONSTRES NUIT ORANGE

PEUR POTIRON TRADITION



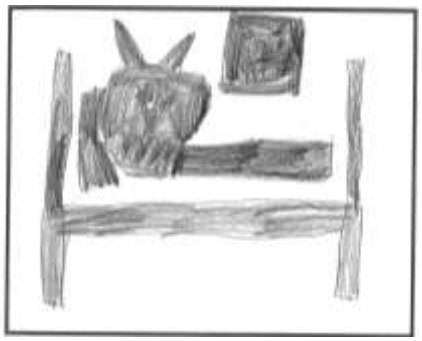
L'Halloween en rimes

Les rimes ont été composées par les élèves de première année



Il y a une fée dans la maison hantée.

Benjamin Guilbault



La chauve-souris est couchée dans son lit.

Junior Guilbault

Une grenouille dans une citrouille.

Tristan Berthelot

La citrouille me chatouille.
Je me déguise dans ma valise.

Audrey Gagnon

La chauve-souris fait du bruit.

Nicholas Hamel